

Synthèse entretien d'Emeline¹

Emeline, 47 ans, ancienne secrétaire médicale durant 20 ans, mariée, deux enfants aujourd'hui adolescent.e.s, actuellement secrétaire dans une petite entreprise familiale dans le secteur juridique, elle est également propriétaire avec son compagnon d'une maison individuelle en zone périurbaine d'une ville de 200 000 habitant.e.s.

Emeline a relaté sa trajectoire de burn out : les insomnies, la perte des cheveux, la prise de poids, l'absence de menstruations, l'eczéma, l'agacement avec les enfants, la perte de libido, l'isolement vis à vis de son compagnon. Les éléments nous sont apparus comme un ensemble de signes concrets, objectivés. Lorsque nous lui avons demandé quand ces signes étaient apparus, cette dernière nous a indiqué qu'ils avaient commencé deux ans avant sa démission et 1 an et demi avant le premier arrêt de travail obtenu de la part du médecin. Elle a précisé qu'avant cela, elle n'avait vu aucun de ces signes, ils étaient pourtant là mais il avait fallu que le médecin verbalise l'altération de sa santé, qu'il nomme des symptômes (insomnies et perte de poids) pour qu'elle s'autorise à envisager les autres de manière corrélée.

Elle indiquera qu'elle n'a pas vu la relation changer avec sa fille à cause de la dégradation de ses conditions de travail, elle n'a pas vu non plus qu'elle ne parlait plus à son compagnon, elle n'a pas vu non plus qu'elle n'avait plus ses règles, en résumé elle ne se voyait plus elle même ni les personnes pour qui elle a sa plus intime affection.

Emeline précisera que le déclic suite à la visite chez le médecin a rendu le retour au travail impossible après l'arrêt, comme si les années passées avaient été revues sous un angle nouveau. Après 6 mois d'arrêt de travail, elle retourne au travail, un patient se présente face à elle et elle se voit répéter une phrase automatique sur les gestes barrières liés à la lutte contre la pandémie COVID et elle indique sentir une sensation insupportable monter en elle, le sentiment d'être un robot, que la relation au patient est absente et ne reviendra jamais. Dans la journée, elle ira déposer sa demande de démission auprès de sa responsable de service.

Elle poursuivra en indiquant qu'elle se sentait pousser des ailes les jours suivants, pleine de puissance et d'élan pour envoyer des CV et lettres de motivation et que la semaine suivante elle avait un nouveau travail. Elle précisera que le retour à la maison le soir, après un récit enjoué et plein de fierté, son compagnon, ses enfants l'ont interrogée sur la viabilité de sa décision, son compagnon indiquant qu'il ne pourrait pas assurer seul le paiement du crédit. Elle a expliqué qu'elle n'avait pas ressenti de pression mais que toutefois elle avait perçu que son attitude, le maintien de son engouement dans cette décision allait être déterminant pour le maintien de l'apaisement émotionnel familial. Elle s'est donc maintenu dans cet état de puissance pour assurer et rassurer l'harmonie familiale et ainsi pu bénéficier d'un soutien de ses proches. Emeline indiquera à plusieurs reprises que sa famille l'a soutenue et qu'elle n'a ressenti aucune pression.

1 Il ne s'agit pas de la synthèse de l'ensemble de l'entretien mais des éléments d'étayage sur le parcours de démission